

# Anforderungsprofil für die Aufnahmeprüfung der NSMS Saalfelden – Nordisch



## Bewegungsaufgaben am Ski:

### Anforderungen:

- bewältigen des FUN & SNOW PARK am Ritzensee (Wellenbahn, Slalom, Sprungschanze, etc.)
- verschiedene Bewegungsaufgaben am Skatingski umsetzen
- Ausrüstung: Material für Langlauf Skating und Langlaufbekleidung

- überfahren einer beweglichen Rampe (Kipprampe)
- überlaufen der Wellenbahn
- Bewältigung eines Slaloms im flachen Gelände
- Schlittschuhschritt ohne Stöcke im flachen Gelände
- durchlaufen eines Achters
- Abfahrt über die Wellenbahn mit anschließender Steilkurve
- Laufen durch die Trettorgel

